

Zentrale Anlaufstelle für Selbsthilfe

**Zentrale
Kontaktstelle für
Selbsthilfe**



NEUMÜNSTER Mit 4919 Beratungskontakten verzeichnete die Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe (ZKS) 2019 die bisher höchste Zahl seit der Gründung im Jahr 1992. Die beim Deutschen Roten Kreuz an der Schützenstraße 14-16 angesiedelte Stelle koordiniert und berät zurzeit 87 Selbsthilfegruppen von A wie Aids bis Z wie Zöliakie/Sprue.

„Bei uns melden sich nicht nur Betroffene, Angehörige oder Interessierte, die eine neue Gruppe gründen wollen, sondern auch viele Fachleute, die für ihre Patienten oder Klienten Unterstützung suchen“, sagt Andrea Osbahr. Die Diplom-Pädagogin leitet die ZKS und nennt in diesem Zusammenhang andere Beratungsstellen oder Ämter und „jede Menge Kliniken, Ärzte und Physio-Praxen, die sich an uns wenden“.

Andrea Osbahr leitet die Zentrale Kontaktstelle Selbsthilfe an der Schützenstraße. FOTO: DRK

DRK-Haus als zentrale Anlaufadresse: Das nach einer Sanierung behindertengerechte DRK-Haus an der Schützenstraße sei geradezu zum „Geheimtipp“ für landesweit Selbsthilfegruppen geworden. Die „zentrale Innenstadtlage im Herzen von Schleswig-Holstein trägt zusätzlich dazu bei, dass Menschen mit seltenen Erkrankungen in Neumünster landesweite Selbsthilfegruppen gründen möchten“, so Andrea Osbahr. Die Räumlichkeiten beim DRK könnten auch von Menschen mit E-Rollstühlen genutzt werden, das Haus sei aufgrund der Bahnhofsnähe gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen.

Als Beispiele nannte Osbahr die Selbsthilfegruppe Sarkoidose (Stoffwechselerkrankung) oder „Starke Frauen – schwache Muskeln“, eine Selbsthilfegruppe für Frauen mit Muskel-erkrankungen sowie die Regionaltreffen der Anonymen Alkoholiker Schleswig-Holstein und Hamburg.

Neun neue Gruppen wurden 2019 gegründet: Im vergangenen Jahr wurden neun Selbsthilfegruppen neu begründet, acht davon aus dem Bereich psychische Erkrankungen. Osbahr: „Diese Gruppen haben einen deutlich höheren Unterstützungsbedarf, was sich wiederum an der hohen Zahl der Beratungskontakte bemerk-

bar macht.“ Eine weitere Herausforderung sei der wachsende Anteil der jungen Klienten in der Beratung und in den Gruppen. Auch diese Personengruppe habe einen höheren Unterstützungsbedarf. Im vergangenen Jahr konnte man beim DRK Neumünster auch auf 40 Jahre beim Unterstützungsprojekt „Leben mit Krebs“ blicken.

Planungen für 2020: Für das Jahr 2020 stehen schon einige Termine. So ist die Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe natürlich bei der Ehrenamtmesse vertreten, die am 8. Februar in der Stadthalle stattfinden wird. Unter dem Motto „Schenke Dir und anderen Vertrauen“ ist am 18. April ein Fortbildungstag im DRK-Haus geplant. Die ZKS nimmt am 10. Mai mit zahlreichen Gruppen am Tag der offenen Tür im FEK teil. Eine Zukunftswerkstatt für Selbsthilfegruppen ist für den Oktober geplant. ro

Selbsthilfe bei Krebs

NEUMÜNSTER Etwa 7800 Frauen erkranken in Deutschland jährlich an Eierstockkrebs. In der Selbsthilfegruppe für Frauen in Neumünster sind aktuell wieder Plätze frei. Das nächste Treffen findet am Mittwoch, 5. Februar, um 16.30 Uhr im DRK-Haus an der Schützenstraße 14-16 (Raum 16) statt. Weitere Treffen sind an jedem 1. Mittwoch im Monat vorgesehen. Anmeldungen und Informationen sind unter Tel. 0176/ 31613469 oder unter j.attrot@eskd.de erhältlich.